

©Verbraucherzentrale Bundesverband e.V. (vzbv)  
Energie team, Markgrafenstraße 66, 10969 Berlin  
[www.verbraucherzentrale-energieberatung.de](http://www.verbraucherzentrale-energieberatung.de)

Die Herausgabe dieser Broschüre wird gefördert durch das Bundesministerium für Wirtschaft und Technologie aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages.



Bundesministerium  
für Wirtschaft  
und Technologie

## Terminvereinbarung und Telefonberatung unter

**0 900 1-3637443** (0,14 EUR/Min. aus dem deutschen Festnetz,  
abweichende Preise für Mobilfunkteilnehmer)  
**0 900 1-ENERGIE** (0,14 EUR/Min. aus dem deutschen Festnetz,  
abweichende Preise für Mobilfunkteilnehmer)

Ihr Ansprechpartner:

Gedruckt auf 100% Recyclingpapier  
3. Auflage November 2008

## Energie sparen beginnt im Kopf!

Die Energieberater der Verbraucherzentrale sind seit über 30 Jahren verlässliche Begleiter auf dem Weg in eine energieeffiziente Zukunft. Die Beratungsschwerpunkte reichen vom Stromsparen über Wärmedämmung und Heiztechnik bis hin zu erneuerbaren Energien. Die Erfolge im Bereich Klimaschutz und Ressourcenschonung können sich sehen lassen: Durch die Beratungen eines Jahres werden bis zu 600.000 Tonnen des klimaschädlichen Kohlendioxids (CO<sub>2</sub>) vermieden und zwei Milliarden Kilowattstunden Energie eingespart. Das bundesweite Netzwerk aus über 300 engagierten Experten berät die Verbraucher kompetent und unabhängig von kommerziellen Interessen.



# Energieberatung



**verbraucherzentrale**

## Energiesparen als Mieter

# Zweite Miete senken

Mehr als einen Euro pro Quadratmeter bezahlt ein Mieter im Durchschnitt jeden Monat für Heizung und Warmwasser. Wärme hat damit den größten Anteil an den Betriebskosten. Grund genug, das Thema Energiesparen ganz oben auf die Tagesordnung zu setzen.

Allein in den letzten zehn Jahren haben sich die Energiekosten verdoppelt. Längst sind die Heizkosten zur „zweiten Miete“ geworden.

Mieter haben meist keine Möglichkeit, die Kosten für Heizung und Warmwasser durch große Energiesparinvestitionen zu senken. Wärmedämmung, Wärmeschutz-Fenster oder eine moderne Heizung inklusive Warmwasserbereitung sind Sache des Vermieters und können nur in Ausnahmefällen vom Mieter eingefordert werden. Trotzdem können Mieter selbst etwas tun, um Energie und Geld zu sparen.

## Verbrauch kontrollieren

Der erste Schritt zum Sparen ist: die eigenen Energieverbräuche kennen. Nur wer seine Verbrauchsdaten regelmäßig kontrolliert, kann beurteilen, ob die höheren Heizkosten auf seinen gestiegenen Verbrauch oder auf die Entwicklung der Energiepreise zurückzuführen ist. Einsparpotenziale können durch den Vergleich des eigenen Verbrauchs mit Durchschnitts- und erreichbaren Bestwerten ermittelt werden. Der Energieberater der Verbraucherzentrale spürt die größten Verbraucher auf und zeigt Ihnen, wo und wie Sie als Mieter am besten sparen können.



# Das können Sie als Mieter tun

Durch energiesparendes Verhalten können Sie die Kosten für Heizung und Warmwasser deutlich reduzieren. Auch einfache und kostengünstige Maßnahmen, die Mieter selbst vornehmen können, sparen Energie und Geld.

## Heizen nach Bedarf

Wer nur so viel heizt, wie tatsächlich benötigt wird, kann seine Heizkosten deutlich senken. Jeder Grad Celsius weniger senkt den Energieverbrauch um rund sechs Prozent. Wenn Sie in einem Raum die Temperatur von 24 °C auf 20 °C reduzieren, sparen Sie dort gut 20 Prozent der Heizkosten! Ein Thermometer hilft die Überheizung der Räume zu vermeiden. Wenn Sie für längere Zeit die Wohnung verlassen, können Sie die Heizung deutlich drosseln.

Kalte Luft kann weniger Feuchtigkeit binden als warme. Aus diesem Grund sollten kühle Räume niemals mit der Luft aus wärmeren Räumen geheizt werden. Denn so gelangt nicht nur Wärme, sondern auch Feuchte in den kühleren Raum und das Schimmelpilzrisiko steigt. Deshalb sollten Sie die Türen zu kühleren Räumen immer geschlossen halten.

## Luftfeuchtigkeit überprüfen

Temperatur und relative Luftfeuchtigkeit in den Räumen sollten Sie regelmäßig mit einem Thermo-Hygrometer kontrollieren. Empfehlenswert ist eine relative Luftfeuchtigkeit zwischen 35 und 60 Prozent.





## Programmierbare Thermostatventile einbauen

Wenn Sie in einem zentral beheizten Haus die Heizzeiten individuell steuern möchten, sind programmierbare Thermostate zu empfehlen. Diese können so eingestellt werden, dass die Temperatur automatisch zu bestimmten Zeiten erhöht oder abgesenkt wird – auch in einzelnen Räumen. So ist es zum Beispiel im Schlafzimmer schön warm, wenn Sie morgens aufstehen, oder abends in der Küche bereits gemütlich, wenn Sie nach Hause kommen. Nachts und während Ihrer Abwesenheit arbeitet die Heizung jedoch auf Sparflamme.

Solche Thermostate kann der Mieter selbst montieren oder durch einen Fachmann anbringen lassen. Im Falle eines Umzugs können Sie diese in der neuen Wohnung weiter benutzen. Bewahren Sie aber die alten Thermostatköpfe gut auf: sie gehören dem Vermieter.

## Heizkörpernischen dämmen

Da die Außenwand in der Heizkörpernische dünner ist und vom Heizkörper stark erwärmt wird, geht hier viel Wärme verloren. Wenn zwischen Heizkörper und Außenwand ausreichend Platz vorhanden und dieser gut zugänglich ist, können Sie hinter den Heizkörper Dämmstoffplatten kleben und so diese Wärmeverluste reduzieren. Achten Sie unbedingt darauf, dass die Platten vollflächig und lückenlos verklebt werden.

## Heizkörper entlüften

Gluckernde Heizkörper nerven nicht nur, sondern heizen auch nicht richtig. Ursache des Geräusches ist Luft. Durch diese ist der Heizkörper nicht mehr vollständig mit Wasser gefüllt und bleibt deshalb teilweise kalt. Mit einem speziellen Schlüssel und wenigen Handgriffen kann man Heizkörper entlüften. Allerdings sollten Sie Ihren Vermieter, Hauswart oder die Hausverwaltung vorher informieren, denn möglicherweise muss anschließend Wasser ins Heizungssystem nachgefüllt werden. Sollte immer wieder Luft in der Heizung sein, so muss ein Fachmann im Auftrag des Vermieters das Heizsystem kontrollieren.

### Heizkörper nicht abdecken

Ist der Heizkörper durch Verkleidungen, Möbel oder Vorhänge abgedeckt, kann seine Leistung nicht voll genutzt werden. Außerdem kann das Thermostatventil durch den Wärmestau unter Abdeckungen nicht die richtige Raumtemperatur einstellen. Die Folge: Das Zimmer wird zu warm oder bleibt kalt.



## Fenster und Türen abdichten

Alte Fenster oder Türen sind oft undicht. Dichtungsbänder und Bürstendichtungen unter den Türen können Sie leicht selbst anbringen. Unangenehme Zugluft und Energieverluste werden so vermieden.

## Unbegrenzt warmes Wasser?

Warmes Wasser „aus der Wand“ ist heute eine Selbstverständlichkeit. Nur wenigen ist bewusst, dass die Warmwasserbereitung nach der Heizung der zweitgrößte Energieverbraucher im Haushalt ist. Besonders teuer kann es werden, wenn das warme Wasser mit elektrischem Strom erzeugt wird. Da lohnt es sich, über ein paar Sparmaßnahmen nachzudenken!

### Baden ist ein teurer Spaß

Ein einziges Vollbad benötigt meist dreimal mehr Wasser und Energie als ein Duschbad.



## Das volle Duschvergnügen

Kann man weniger warmes Wasser verbrauchen, ohne auf Komfort zu verzichten? Ja, beispielsweise indem man den Duschkopf gegen eine Sparbrause austauscht. Das Duschvergnügen bleibt dasselbe. Jedoch fließen dank des intelligenten Dosiersystems nur etwa sechs Liter Wasser pro Minute durch den neuen Brausekopf - statt zwölf oder mehr Litern bei Standardduschen. Ganz nebenbei verkalken Wassersparbrausen auch nicht so schnell.

### Stromsparen im Haushalt

Weitere Tipps dazu erhalten Sie im gleichnamigen Faltblatt aus dieser Reihe oder beim Energieberater Ihrer Verbraucherzentrale.



## Warmes Wasser nach Maß

Bei der Warmwasserbereitung sparen Sie Energie, wenn Sie das Wasser nur auf die Temperatur erwärmen, die Sie tatsächlich benötigen.

Bei elektronisch gesteuerten Durchlauferhitzern können Sie die genau passende Temperatur einstellen. Das spart Strom und obendrein noch Wasser, da kein kaltes Wasser zugemischt werden muss.

Achten Sie auch bei Untertisch-Speichergeräten oder größeren Warmwasserspeichern für das Bad auf die eingestellte Temperatur. Mit Einhebel-Mischarmaturen können Sie die Wassertemperatur gut regeln, ohne dass beim Abmischen allzu viel warmes Wasser ungenutzt in den Ausguss fließt.

Für Kleinspeicher geringer Leistung – zum Beispiel unter der Küchenspüle – gibt es Zusatzgeräte mit einem praktischen Taster, die dafür sorgen, dass der Speicher nur bei Bedarf aufgeheizt wird. Und wenn Sie in den Urlaub fahren, sollten Sie die Warmwasserbereiter ganz abschalten.

## Was dürfen Mieter?

Die Frage, bei welchen Maßnahmen der Vermieter zustimmen muss, kann nicht pauschal beantwortet werden. Sie wird von den Gerichten zum Teil recht unterschiedlich ausgelegt.

Als Faustregel gilt: Ist die Veränderung ohne großen Aufwand wieder rückgängig zu machen und sind keine Substanzschäden zu erwarten, muss keine Erlaubnis eingeholt werden.

Im Zweifelsfall sollten Sie die geplanten Einbauten rechtzeitig mit dem Vermieter abklären. Fragen Sie deshalb lieber vorher, wenn Sie Heizkörperthermostate austauschen oder kleinere Dämmmaßnahmen selbst vornehmen wollen.

## Sprechen Sie mit Ihrem Vermieter

Wenn Sie in einer sanierungsbedürftigen „Energieschleuder“ wohnen, stoßen Ihre Sparbemühungen bald an Grenzen. In diesem Fall sollten Sie mit Ihrem Vermieter sprechen und ihm zum Beispiel eine Energieberatung empfehlen. Viele Vermieter haben ein offenes Ohr dafür.

Zu bestimmten Energiesparmaßnahmen sind Vermieter gesetzlich verpflichtet. Dazu gehören:

- die Dämmung der Rohrleitungen im unbeheizten Bereich,
- die Dämmung von zugänglichen, nicht begehbaren obersten Geschossdecken,
- der Austausch von über 30 Jahre alten Heizungsanlagen.

Lassen Sie sich von einem Energieberater der Verbraucherzentrale erklären, welche Maßnahmen Pflicht sind. Im Einzelfall kann auch ein Umzug in eine energieeffizientere Immobilie auf lange Sicht eine gute Lösung sein.

### **Energieausweis verlangen**

Bei der Anmietung einer Wohnung sollten Sie sich einen Energieausweis vorlegen lassen. Dieser beschreibt die energetische Qualität eines Gebäudes. Bevor Sie den Mietvertrag unterschreiben, können Sie so grob abschätzen, welche Heizkosten auf Sie zukommen.

